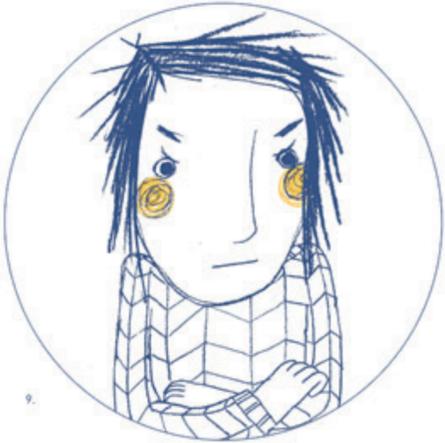


Et si tu apprenais à connaître tes émotions...

- > Imprime et découpe ces petites pastilles (tu peux contrecoller tes pastilles sur une feuille cartonnée)
- > Devine et note au dos l'émotion du personnage (pour vérifier, tu trouveras les "réponses" en bas de cette feuille)
- > Après avoir fabriqué ta "pochette à émotions", je t'invite à mettre à l'intérieur chaque jour l'émotion que tu ressens...



1. joueur
2. studieux
3. satisfait
4. calme
5. emmêlé
6. fatigué
7. léger
8. coquin
9. en colère
10. câlin
11. rêveur
12. inspiré
13. dégoûté
14. excité
15. enfermé
16. serein
17. content
18. gêné
19. effrayé
20. maussade
21. libre.

la pochette à émotions

Pour fabriquer ta pochette à émotions, il te faut :

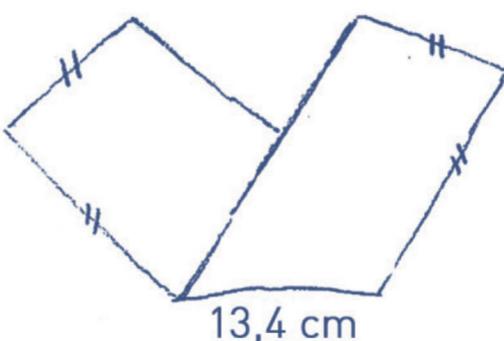
1.

11
cm

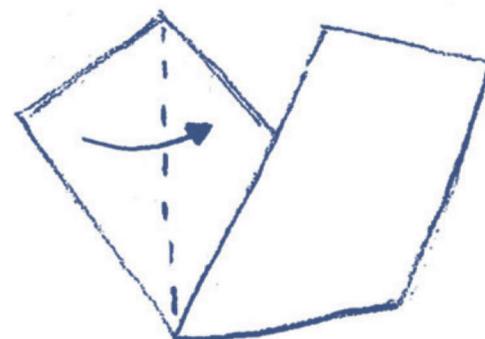
29,7 cm



2.



3.

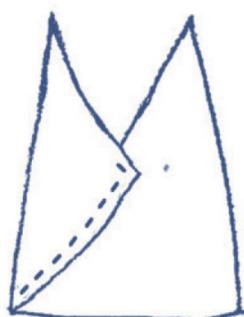


Choisis un joli papier format A4,
découpe un morceau de 29,7 / 11 cm

Plie le papier pour
former un V, comme sur
le dessin.

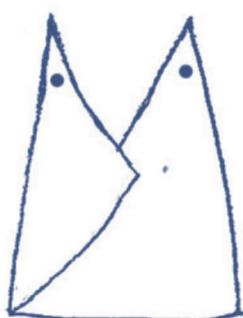
Prends l'angle de gauche et
ramène le papier au centre
pour former une jolie pointe
en superposant bien le
papier sur toute la longueur.

4.



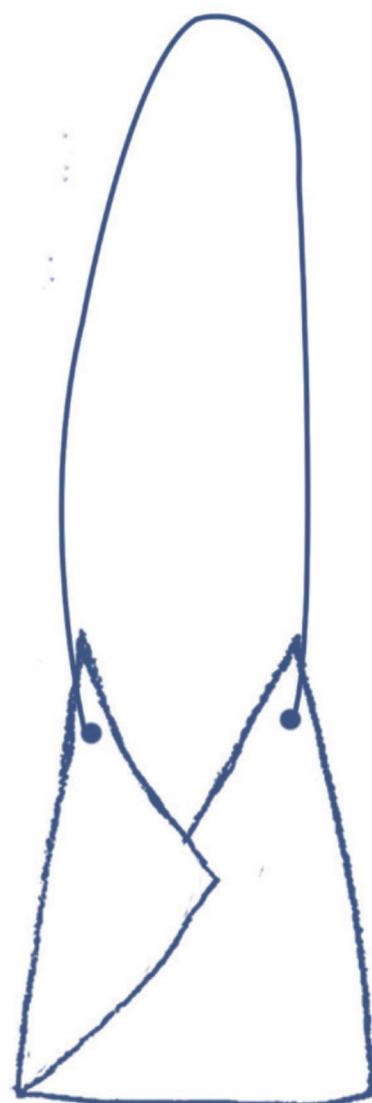
Colle le papier sur la
partie centrale.
Fais la même chose
avec l'autre côté.

5.



Prends une
perforatrice et
fais deux trous en
haut des pointes.

6.



Ajoute une petite
ficelle pour former
une anse. Tu peux
accrocher ta petite
pochette au mur et
y déposer tes
émotions.

